PERSIAPAN REMAJA KEREN DALAM PERENCANAAN KELUARGA

Disampaikan oleh:

Dr. dr. Hardyan Sauqi, Sp.OG(K)-FER

Banjarmasin, 4 Juni 2021

Ada apa dengan Zahra ?

Kebijakan tentang Perkawinan

UU Perkawinan No1. th 1974 + Usia minimal 19 th (LK) dan 16 th (PR) = UU Perlindungan Anak Batasan anak dibawah 18 tahun

UU Perkawinan Nomor 16 Tahun 2019 + Usia minimal 19 th (LK) dan 19 th (PR) = UU Perlindungan Anak Batasan anak dibawah 18 tahun

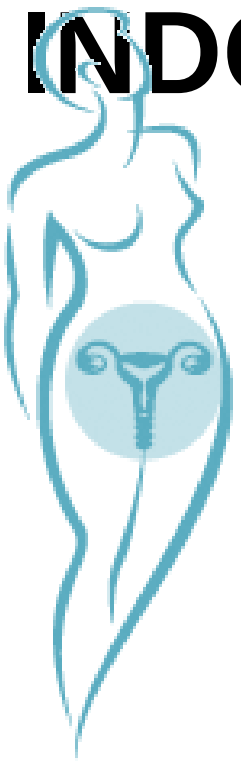
Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 16 Tahun 2019 Tentang Perubahan Atas Undang-Undang Nomor 1 Tahun 1974 Tentang Perkawinan.
Salmah S. 2017. Pernikahan Dini Ditinjau Dari Sudut Pandang Sosial Dan Pendidikan. Al-Hiwar: Jurnal Ilmu dan Teknik Dakwah, 21: 4(6).
Mambang, Sari Anggita, Hariati Ika. 2014. Hubungan Pengetahuan Dengan Peran Orang Tua Dalam Mencegah Terjadinya Risiko Kehamilan di Usia Remaja

DASAR HUKUM

- **PP 61 Tahun 2014 tentang Kesehatan Reproduksi** :
- Pelayanan Kesehatan Ibu tercantum dalam Pasal 8 bertujuan :
  a. mencapai hidup sehat dan mampu melahirkan generasi yang sehat dan berkualitas serta mengurangi angka kematian ibu.
  b. Pelayanan kesehatan ibu sebagaimana dimaksud pada ayat (2) diselenggarakan melalui: a. Pelayanan Kesehatan Reproduksi Remaja; b. Pelayanan Kesehatan Masa Sebelum Hamil, Hamil, Persalinan, dan Sesudah Melahirkan; c. pengaturan kehamilan, pelayanan kontrasepsi dan kesehatan seksual; dan d. Pelayanan Kesehatan Sistem Reproduksi.

- Pelayanan Kespro Remaja tercantum dalam Pasal 11-12 bertujuan :
  a. Mencegah & melindungi remaja dari perilaku seksual berisiko & perilaku berisiko lainnya yg dapat berpengaruh terhadap Kesehatan Reproduksi;
  b. Mempersiapkan remaja untuk menjalani kehidupan reproduksi yang sehat dan bertanggung jawab.

STATUS KESEHATAN PEREMPUAN DI INDONESIA



STATUS KESEHATAN REMAJA

ANGKA KELAHIRAN PADA USIA REMAJA : 48/1000 PEREMPUAN

ANEMIA USIA 5 -14 TH : 26,4%, ANEMIA USIA 15 -24TH:

AIDS , 36,9% PADA USIA PRODUKTIF 20-29TH

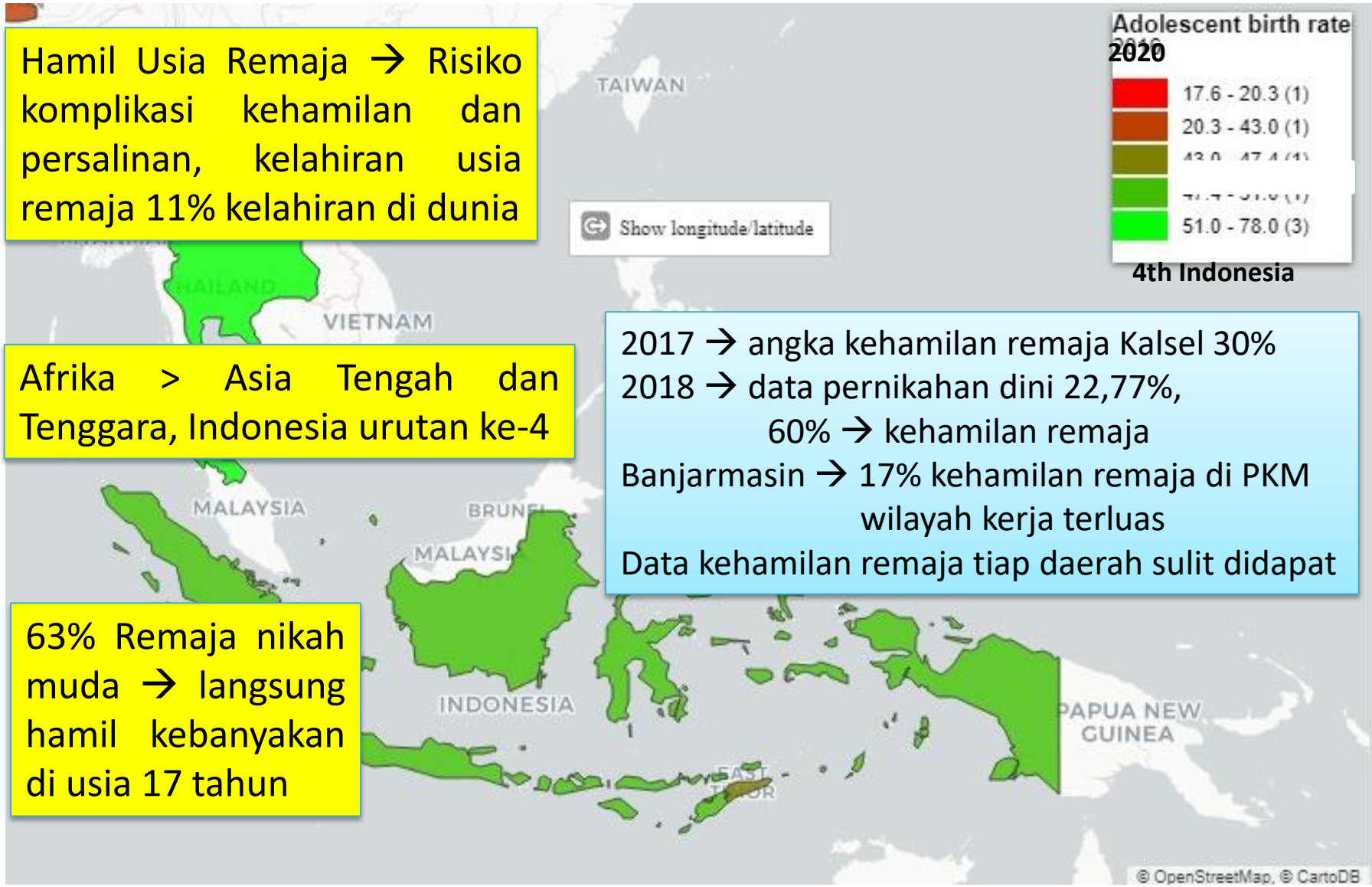
MEROKOK 0,4 – 33,3% (6-24TH)

OBAT TERLARANG PADA LAKI-LAKI 15-

UMUR PERTAMA MELAKUKAN HUB SEKSUAL PADA USIA 15-19TH 9,7%

Kehamilan Remaja

Hamil Usia Remaja → Risiko komplikasi kehamilan dan persalinan, kelahiran usia remaja 11% kelahiran di dunia



Afrika > Asia Tengah dan Tenggara, Indonesia urutan ke-4

2017 → angka kehamilan remaja Kalsel 30%
2018 → data pernikahan dini 22,77%,
60% → kehamilan remaja
Banjarmasin → 17% kehamilan remaja di PKM wilayah kerja terluas
Data kehamilan remaja tiap daerah sulit didapat

63% Remaja nikah muda → langsung hamil kebanyakan di usia 17 tahun

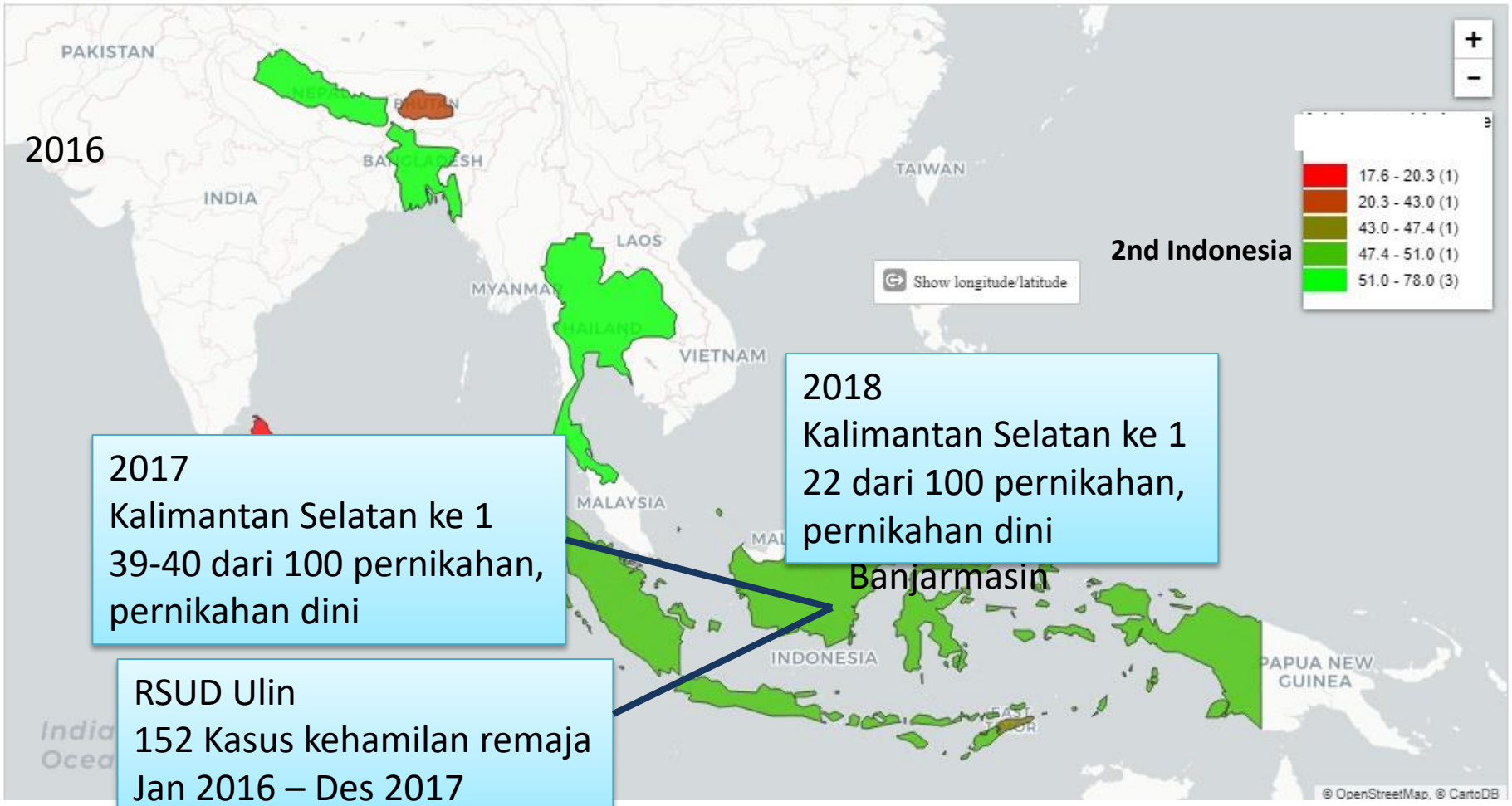
Doddihal C.R, Katti S.M, Mallapur M.D 2015
WHO 2020

BPS 2017
BPS 2018

Yuvens R, Renny A, Samuel LT 2018
Fadlyana, E dan Larasaty, S 2016

Roselina P, Lenie M, dan Husaini. 2019
Laporan PKM pekauman BJM 2020

Epidemiologi Kehamilan Remaja (Asia Tenggara dan Tengah)



WHO. Global health estimates 2018: Adolesent Pregnancy, by country and by region, 2018 Geneva: WHO; 2018

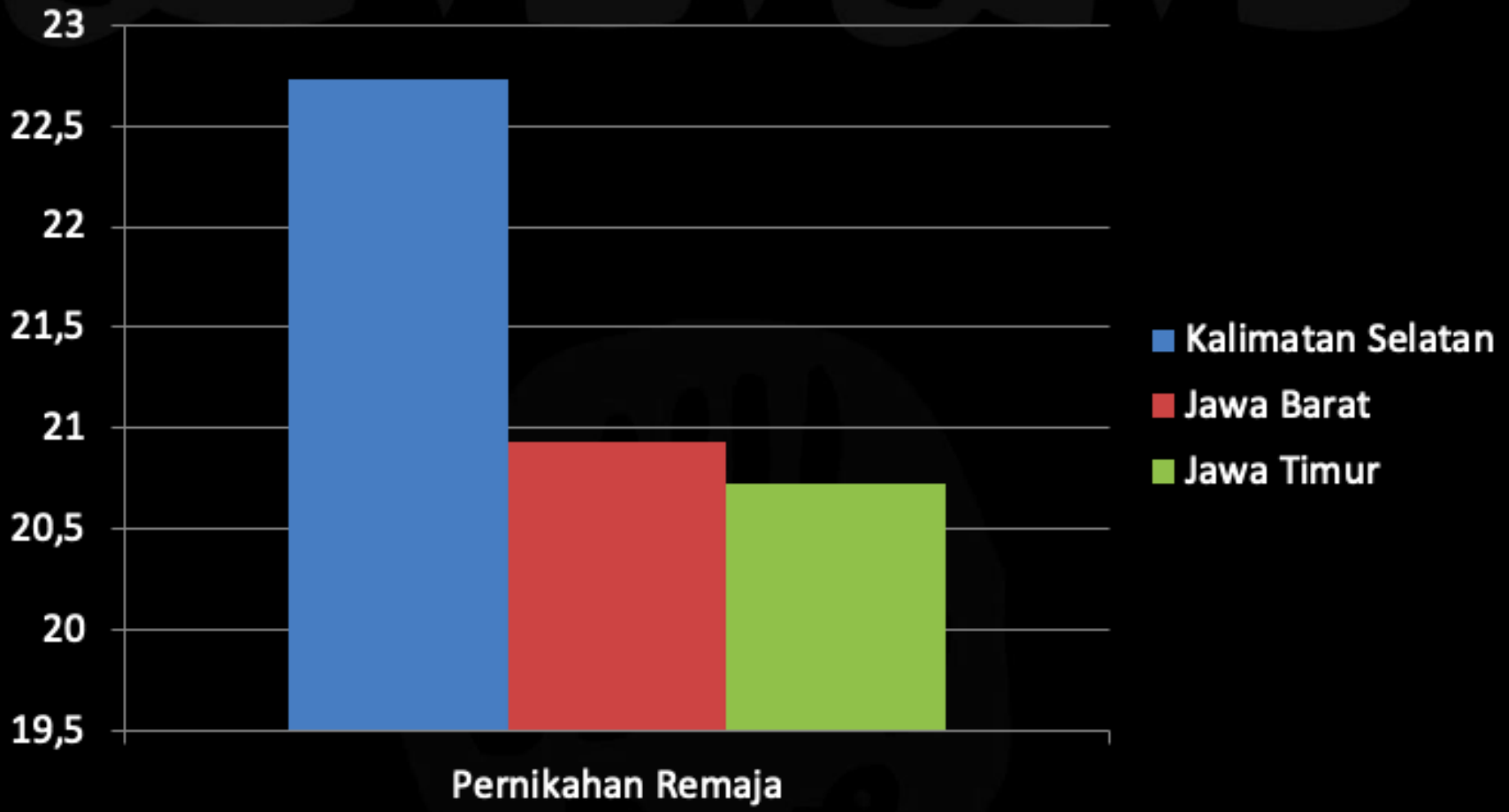
Badan Pusat Statistik 2018. Angka Pernikahan Dini Semakin Meningkat. dalam Nasional Sindo News. 14 April 2019

Yuvens R, Hubungan usia maternal Dengan metode persalinan dan luaran bayi (berat badan lahir dan apgar score) Di rsud ulin banjarmasin periode januari 2016- desember 2017. Prociding HOGSI. 2018

Provinsi dengan Presentase pernikahan Dini tertinggi 2017

BPS 2017 dalam Jawa Pos 22 April 2018

Provinsi dengan Presentase pernikahan Dini tertinggi tahun 2018



Badan Pusat Statistik 2018. Angka Pernikahan Dini Semakin Meningkat. dalam Nasional Sindo News. 14 April 2019

Reproduksi Sehat tidak dipatuhi ????

a. **Kematian ibu** ⬆
b. **Kematian bay** ⬆
c. **Hambatan kehamilan** dan persalinan
d. **Kanker Alat Reproduksi**
e. **IMS & HIV/AIDS**

Reproduksi sehat terpenuhi

1. **Tercapai kesehatan ibu**
2. Melahirkan **generasi** yg **sehat dan berkualitas**
3. **Keluarga Berkualitas**

HAK – HAK REPRODUKSI BAGI CALON PENGANTIN

“ Calon pengantin mempunyai kebebasan dan hak yang sama, dan bertanggung jawab dalam memutuskan meningkatkan kualitas kespro nya, seperti :

- Persiapan kespro sebelum pernikahan
- Jarak kelahiran antara anak satu dg yang kedua
- Jumlah anak yang ideal sesuai kesehatan reproduksinya
- Pilihan KB setelah kelahiran anak ke satu atau kedua
- Mendapatkan informasi dan pelayanan kespro yang komprehensif

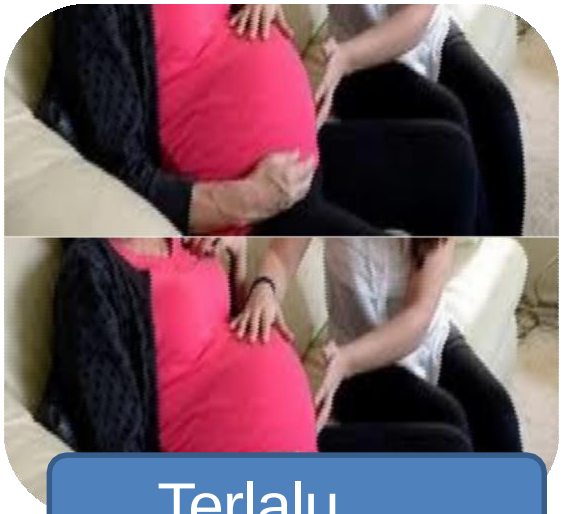
Kasus Nyata

Sepasang Remaja konsultasi ke Dokter Kandungan ingin menjalani Program Kehamilan... Status keduanya belum menikah...

PERSIAPAN SISTEM REPRODUKSI YANG SEHAT BAGI CALON REMAJA SEBAGAI CALON IBU

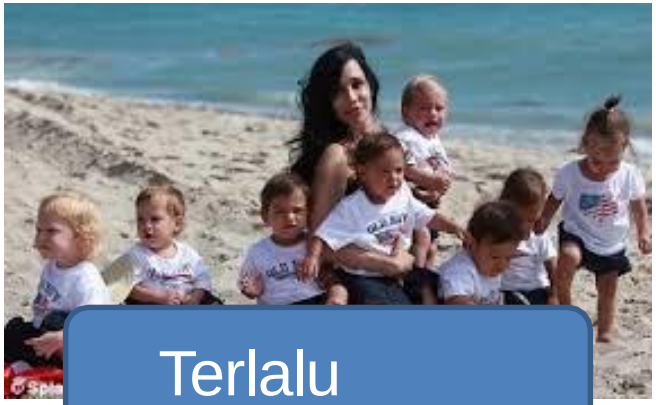
HINDARI 4 TERLALU

Cegah 4 T!!

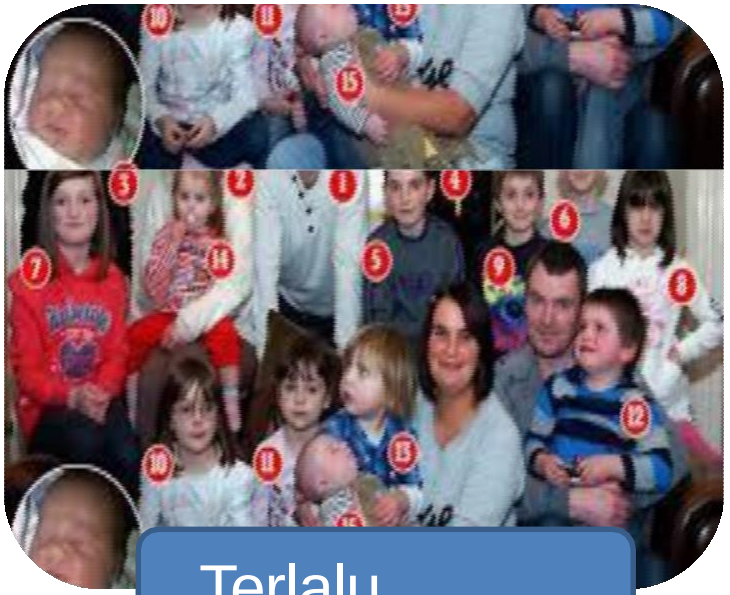


Terlalu

Terlalu



Terlalu



Terlalu

HINDARI 4 TERLALU

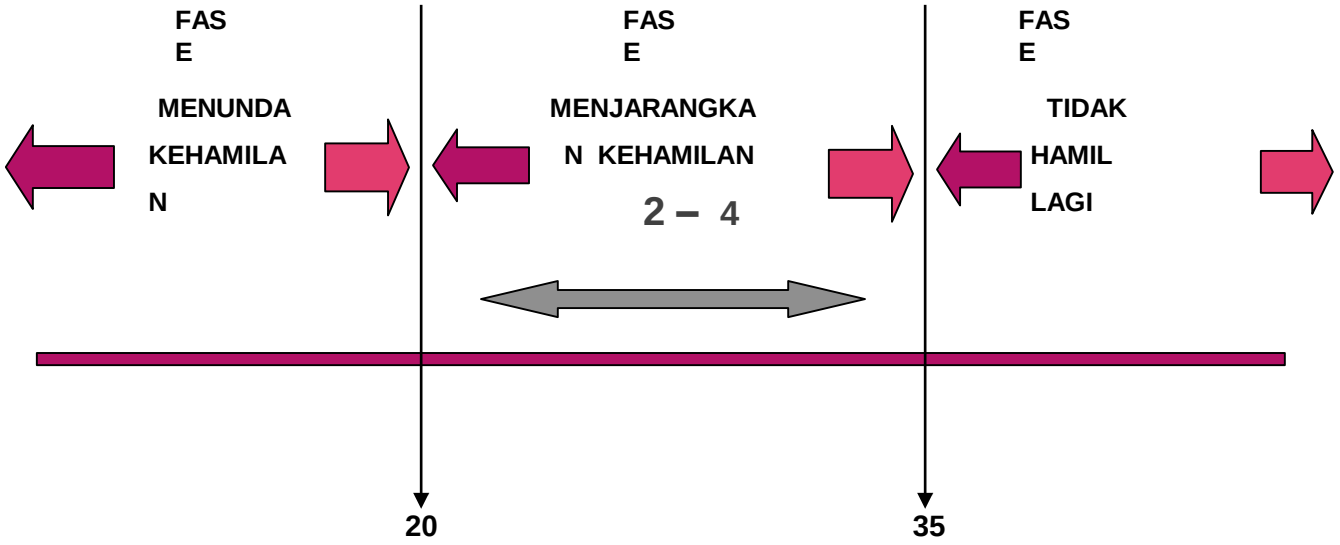
TERLALU DEKAT :

- Kondisi rahim ibu belum pulih sempurna
- Proses persalinan lama
- Kurangnya waktu ibu untuk merawat dan menyusui bayi
- Pertumbuhan dan perkembangan anak kurang optimal

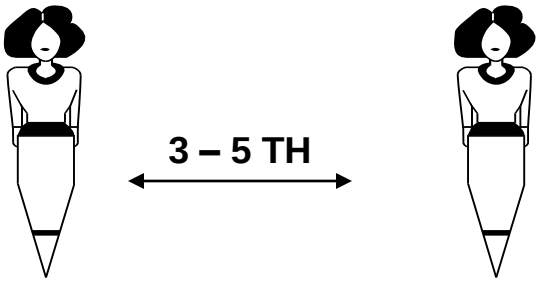
TERLALU BANYAK :

- Terjadi gangguan kehamilan
- Gangguan proses persalinan, gangguan kontraksi saat kehamilan
- Tumbuh kembang anak kurang optimal
- Gangguan kondisi kesehatan reproduksi ibu

POLA PERENCANAAN KELUARGA



Affandi, 1984

FASE MENCEGAH KEHAMILAN	FASE MENJARANGKAN KEHAMILAN		FASE TIDAK HAMIL LAGI
			
• pil • IUD • sederhana • suntikan • implant	• IUD • suntikan • minipil • pil • implant • sederhana	• IUD • suntikan • minipil • pil • implant • sederhana • kontrasepsi mantap	• kontrasepsi mantap • IUD • implant • suntikan • sederhana • pil
20		35	

URUTAN PEMILIHAN KONTRASEPSI YANG RASIONAL

Hal-hal yang Harus Diketahui Calon Pengantin dalam Merencanakan Jumlah Anak

- **Menunda Kehamilan (Jika usia dibawah 20 tahun)**
  - Kesiapan fisik sangat menentukan adalah umur untuk melakukan pernikahan.
  - Masa reproduksi, usia 21 thn ke bawah dianjurkan untuk menunda perkawinan dan kehamilan. Dalam usia ini seorang remaja masih dalam proses tumbuh kembang baik secara fisik & psikis. Organ rahim belum berkembang dengan sempurna

- **Mengatur Jarak Kehamilan**
  - Usia wanita antara 21-35 tahun adalah periode paling baik untuk hamil & melahirkan karena mempunyai risiko paling rendah
  - Organ rahim sudah berkembang dengan sempurna
  - Jarak antara anak pertama dan kedua kehamilan yang ideal adalah minimal 3 tahun. Kontrasepsi yang dianjurkan: IUD, Suntikan, Pil, Implant, dan Metode Sederhana.

- **Tidak Ingin Anak Lagi**

Tidak ingin hamil berada pada usia wanita di atas 35 thn.secara empirik diketahui melahirkan anak di atas usia 35 thn banyak mengalami risiko medis. Kontrasepsi yang dianjurkan adalah Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (MKJP) ;Tubektomi, Vasektomi, IUD dan Implant

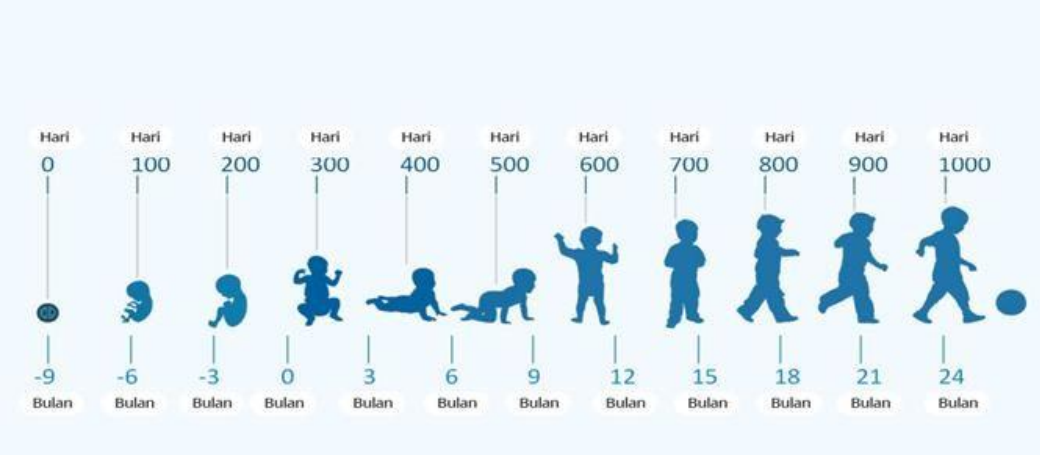
Pengertian
Pendewasaan Usia Perkawinan

(1
- Upaya untuk meningkatkan usia pada perkawinan pertama, sehingga mencapai **USIA IDEAL** pada saat perkawinan.

(2
- PUP bukan sekedar menunda sampai usia tertentu saja tetapi mengusahakan agar **KEHAMILAN PERTAMA** pun terjadi pada usia cukup dewasa

(3
- Usia ideal menikah adalah **21 TAHUN bagi PEREMPUAN** dan **25 TAHUN bagi LAKI-LAKI**

II. PENTINGNYA 1000 HPK



Kesiapan Bagi Calon Ibu

- Usia pernikahan yang ideal, 21 tahun bagi wanita
  - Dari sistem reproduksi sudah siap
  - Kehamilan yang diinginkan, dengan kesiapan mental dan fisik ibu hamil akan mempengaruhi perkembangan janin bayi
  - Risiko saat persalinan berkurang
  - Pe
    ga

Penting bagi Calon Ibu Mengetahui Peran 1000 HPK dalam membentuk Generasi Emas

PERSIAPAN 1000

Perpres 42/2013 Gerakan Nasional Percepatan Perbaikan Gizi

SASARAN

Gerakan Nasional Percepatan Perbaikan Gizi diprioritaskan untuk

PERBAIKAN GIZI

Seribu Hari Pertama Kehidupan (1000 HPK)

MASA REMAJA /PRA MENIKAH

FASE JANIN DALAM KANDUNGAN	FASE BAYI → ANAK USIA 0 - 2 TAHUN	
MASA REPRODUKSI – MASA KEHAMILAN – KESEHATAN & GIZI IBU HAMIL	IBU MENYUSUI – ASI & PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN	
Wanita Usia Subur (WUS) + Ibu Hamil (BUMIL)	Ibu Menyusui	Bayi → Anak 2 Tahun

Kesehatan Reproduksi Seorang Perempuan Saat Hamil Mempengaruhi Kualitas 2 GENERASI Berikutnya

270 Hari Masa Kehamilan

+

730 Hari setelah kelahiran

=

1000 HPK

Perkembangan otak dan organ-organ lain

Optimalisasi 1000 HPK

IBU

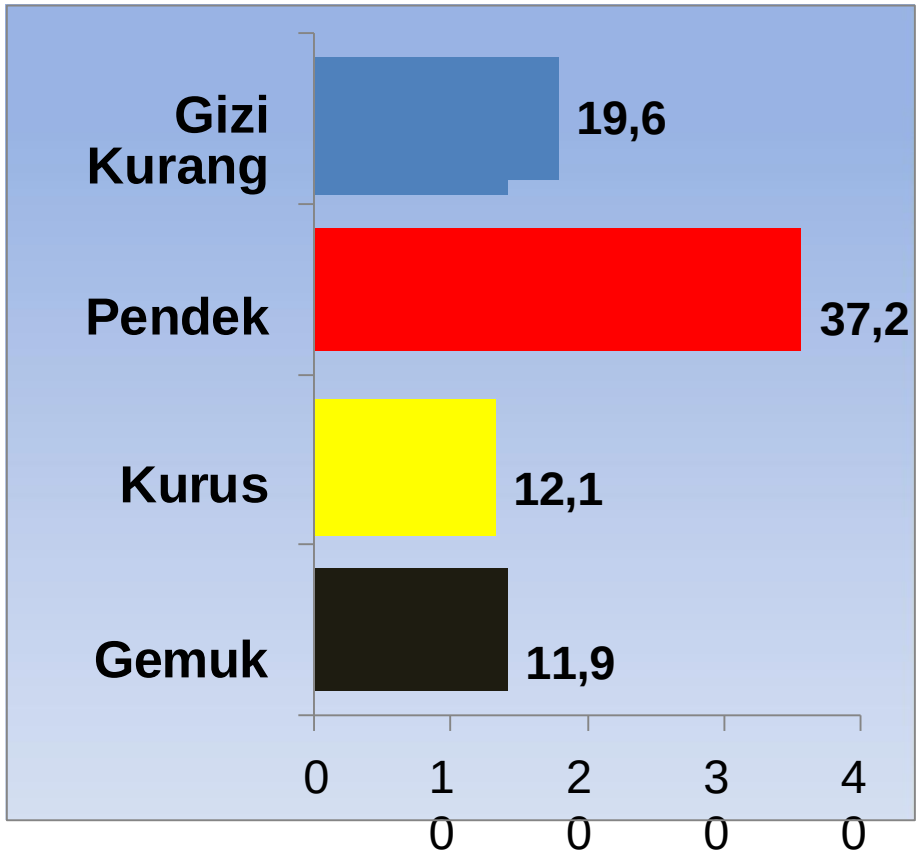
- Asupan yang beragam, bergizi seimbang dan aman
- Pemeriksaan kehamilan
- Metode Amenore Laktasi (MAL)
- KB Pascapersalinan
- Pencegahan Penyakit Infeksi
- Hindari 4 Terlalu
- Hindari 3 Terlambat
- Deteksi Dini Kanker Leher Rahim

ANAK

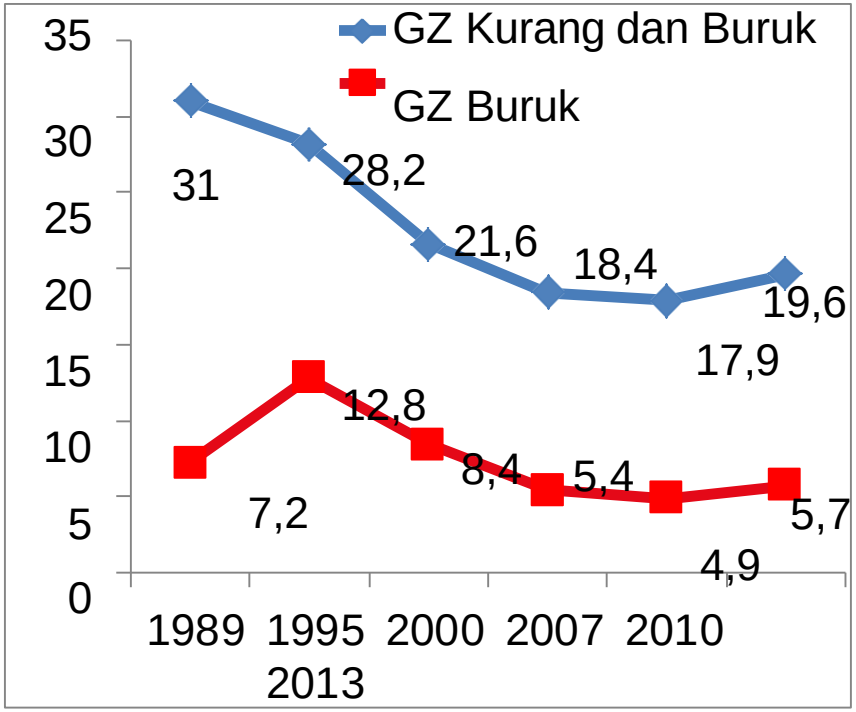
- Asupan yang beragam, bergizi seimbang dan aman
- Inisiasi Menyusu Dini (IMD)
- ASI Eksklusif
- Pencegahan Penyakit Infeksi
- Pendidikan Kesehatan Reproduksi
- Pola Asuh yang baik

STATUS GIZI BALITA 1989-2013

Status Gizi Balita 2013

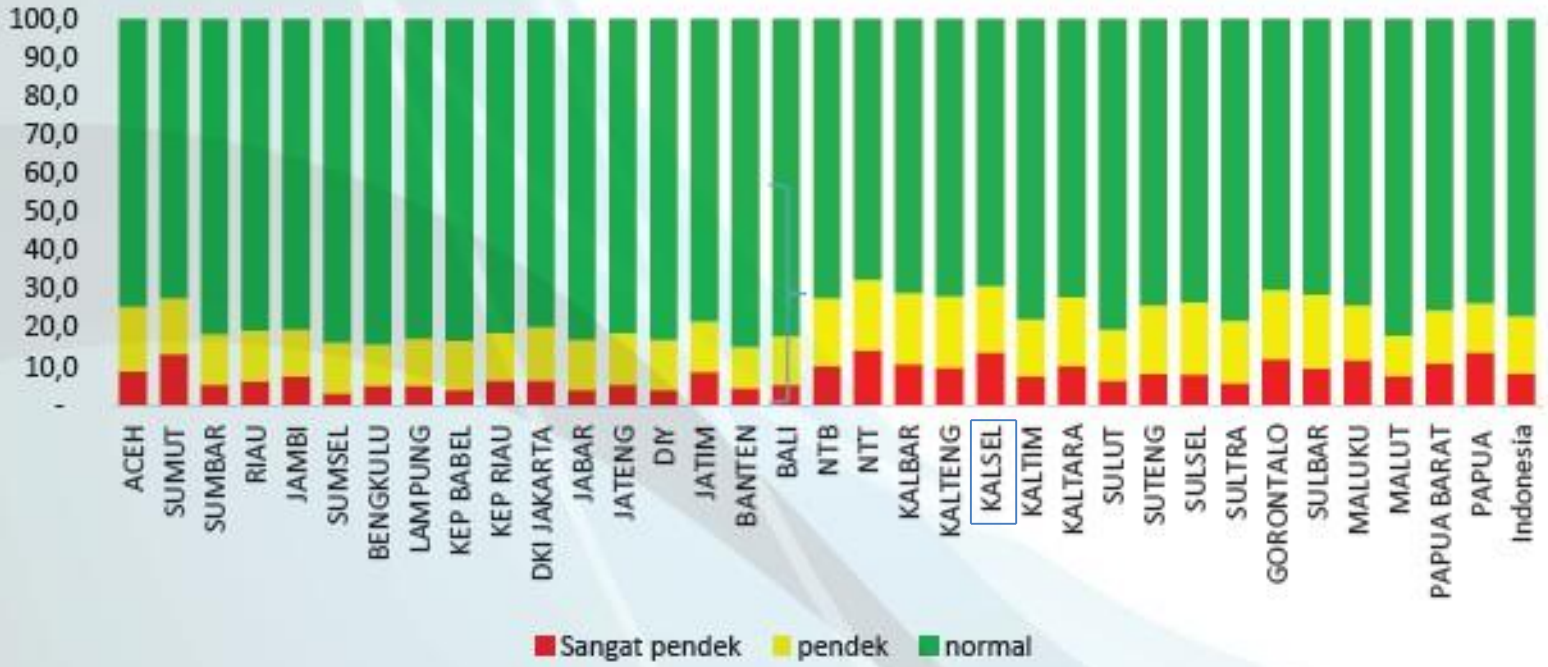


Kecenderungan Gizi Kurang 1989-2013



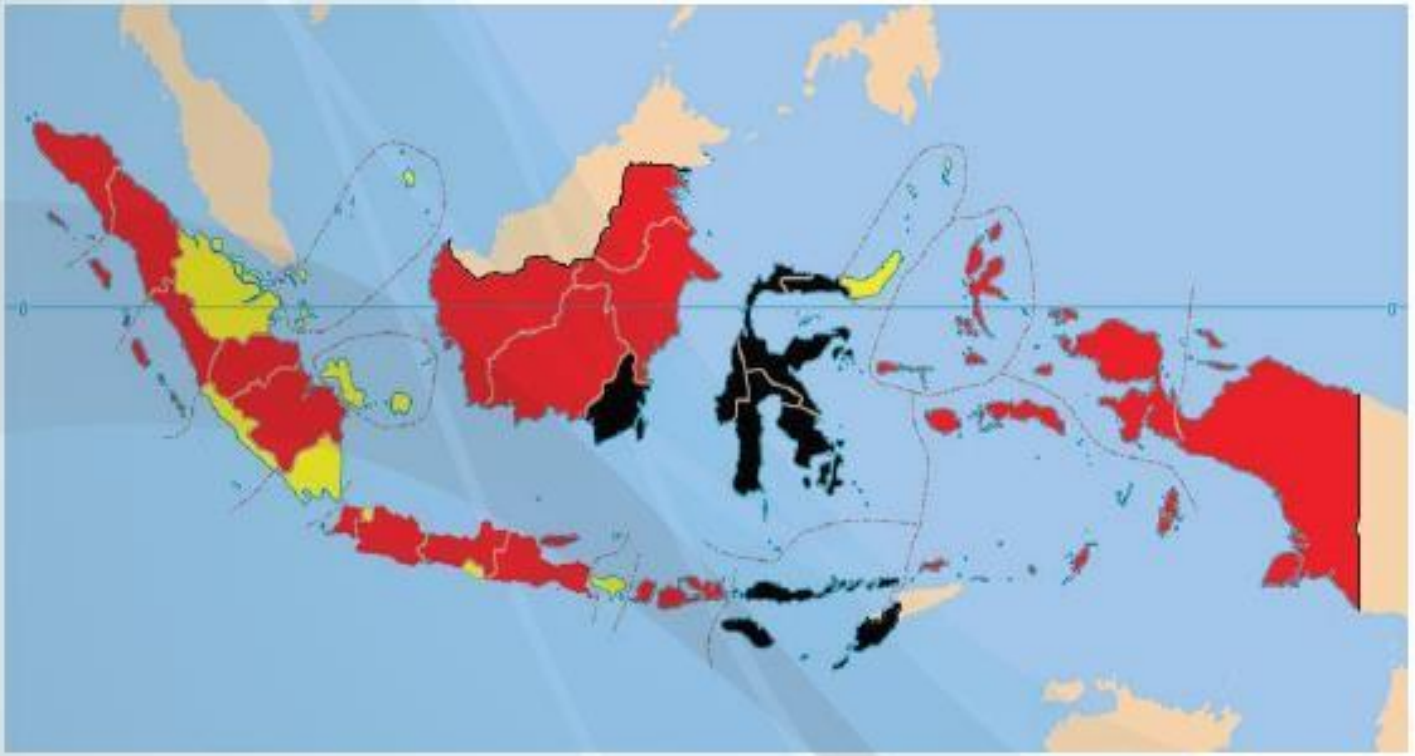
Sumber :

PERSENTASE BALITA USIA 0-23 BULAN MENURUT STATUS GIZI DENGAN INDEKS TB/U BERDASARKAN PROVINSI



Buku Saku PSG, Kemenkes, 2015

PETA PERSENTASE BALITA PENDEK USIA 0-23 BULAN BERDASARKAN PROVINSI



Buku Saku PSG, Kemenkes, 2015

Mengapa Fokus pada 1000 HPK?

1. **1000 HPK** *(270 hari kehamilan dan 730 hari pertama setelah lahir/2 tahun):*
   Periode kritis pertumbuhan dan perkembangan organ tubuh

   Kehamilan 8 minggu pertama:
   terbentuknya semua cikal bakal yang akan menjadi otak, hati, jantung, ginjal, tulang, dll

   Kehamilan 9 minggu – lahir: pertumbuhan dan perkembangan lebih lanjut organ2

Mengapa Fokus pada 1000 HPK?

2. **Perubahan yang terjadi pada periode ini bersifat permanen,**

3. **Berpengaruh ke dua generasi berikutnya (dari nenek ke cucu)**

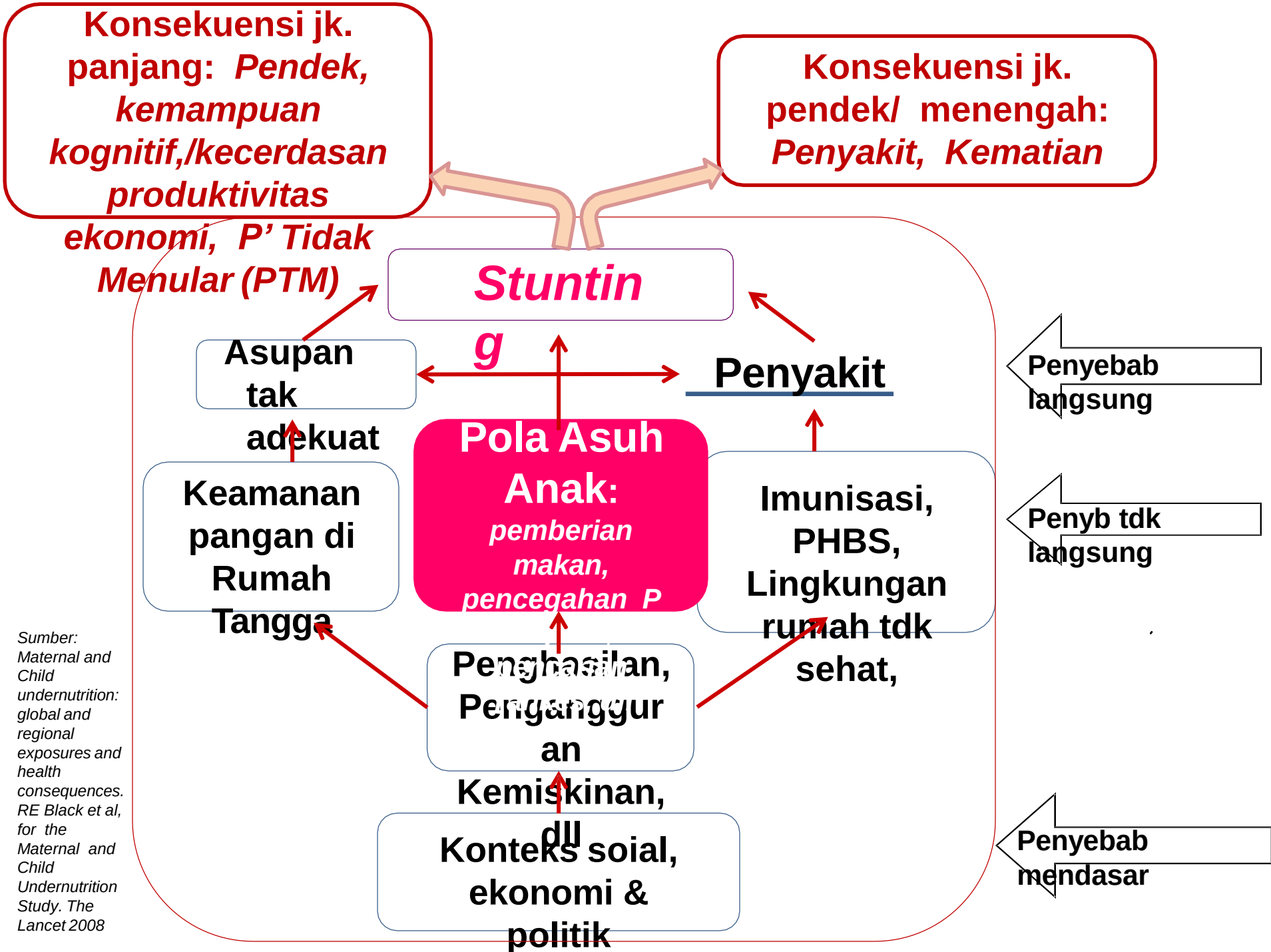
Mengapa Fokus pada 1000 HPK?

4. Dampaknya berjangka panjang:

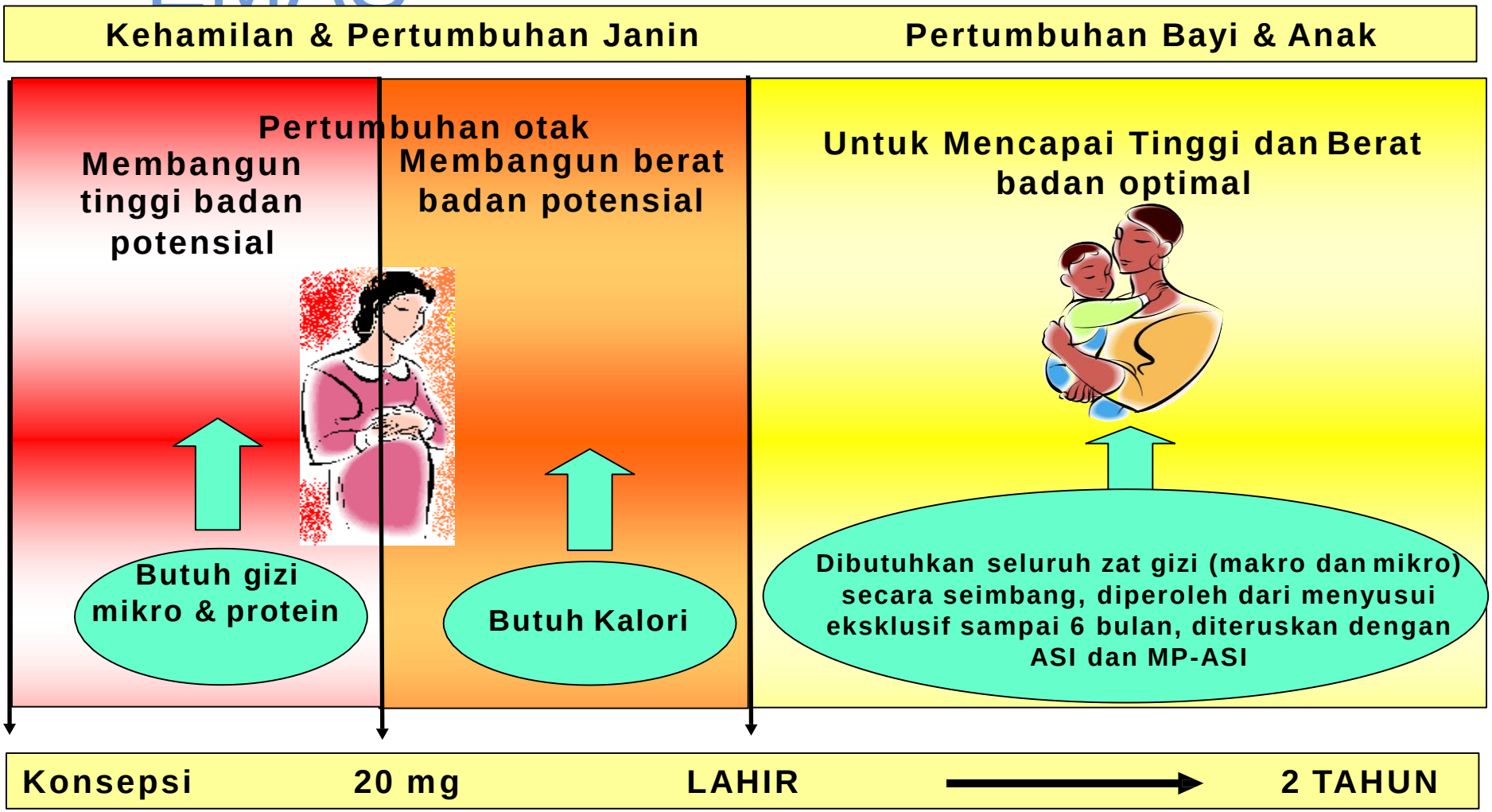
1) ***Stunting*** **usia dewasa Indonesia: laki2 lebih pendek 13 .6 cm dan perempuan 10.4 cm dari rata2 Tinggi Badan/TB yg seharusnya**

2) Kecerdasan (kemampuan kognitif) rendah

3) Risiko menderita Penyakit Kronis/PTM (Penyakit Tidak Menular) lebih tinggi: Diabetes,


Konsekuensi jk. panjang: *Pendek, kemampuan kognitif,/kecerdasan produktivitas ekonomi, P' Tidak Menular (PTM)*
Konsekuensi jk. pendek/ menengah: *Penyakit, Kematian*
Stunting
Asupan tak adekuat
Penyakit
Pola Asuh Anak: *pemberian makan, pencegahan P*
Keamanan pangan di Rumah Tangga
Imunisasi, PHBS, Lingkungan rumah tdk sehat,
Penghasilan, Pengangguran
Kemiskinan, dll
Konteks soial, ekonomi & politik
Penyebab langsung
Penyb tdk langsung
Penyebab mendasar
Sumber: Maternal and Child undernutrition: global and regional exposures and health consequences. RE Black et al, for the Maternal and Child Undernutrition Study. The Lancet 2008

KEBUTUHAN GIZI PERIODE EMAS



STANDAR EMAS PEMBERIAN MAKAN BAYI DAN ANAK

.a Inisiasi Menyusu Dini (IMD) segera setelah lahir dalam satu jam pertama, dilanjutkan dengan rawat gabung

b. Memberikan hanya air susu ibu saja sejak lahir sampai bayi berumur 6 bulan

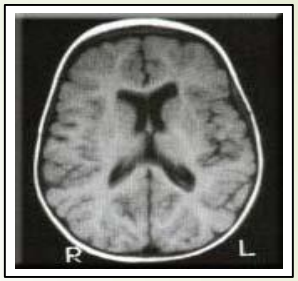
c. Memberikan makanan pendamping air susu ibu (MP-ASI) mulai umur 6 bulan

d. Menyusui dilanjutkan sampai anak berumur 24 bulan atau lebih.

Sumber: Global Strategy on Infant and Young Chlid Feeding, WHO/UNICEF 2002

Pengaruh Gizi dan Kesehatan Anak terhadap Masa Depan Bangsa

Gizi kurang & infeksi



Gizi cukup & sehat

"Otak Kosong" Permanen

Generasi Kuli/Ngotot

Beban

Anak cerdas
Mutu SDM

Penghasilan Tinggi

SUMBER DAYA

DAMPAK KURANG GIZI PADA KUALITAS SDM

Gagal tumbuh yang berdampak terhambatnya pertumbuhan fisik (tumbuh kecil dan pendek)

Penurunan IQ yang menyebabkan gangguan kecerdasan (fungsi kognitif) sehingga menimbulkan menurunnya kemampuan belajar

Menurunnya produktivitas sebagai akibat gangguan pertumbuhan fisik dan kognitif yang berakibat menurunnya daya saing

Menurunnya daya tahan tubuh yang meningkatkan risiko kesakitan dan kematian.

Meningkatnya risiko penyakit tidak menular pada usia dewasa

www.GlobalNutritionSeries.org

Pengaruh Keluarga Berencana dari sudut kesehatan reproduksi

- Pencegahan kehamilan dan kelahiran yang tidak diinginkan
- Perubahan dari jumlah anak yang bisa dilahirkan seorang ibu
- Variasi jarak waktu antara kehamilan
- Perubahan saat terjadinya kelahiran terutama kelahiran yang pertama dan yang terakhir, sehubungan usia ibu
- Jika jarak kelahiran terlalu dekat, organ reproduksi belum pulih sempurna

KELUARGA BERENCANA (KB)

Keluarga Berencana adalah upaya untuk:

- Mewujudkan keluarga berkualitas melalui promosi, perlindungan dan bantuan dalam mewujudkan hak-hak reproduksi serta menyelenggarakan pelayanan, pengaturan dan dukungan yang diperlukan untuk membentuk keluarga dengan usia kawin yang ideal. Untuk wanita berusia minimal 21 tahun dan laki-laki berusia minimal 25 tahun;
- Mengatur jumlah, jarak dan usia ideal melahirkan anak;
- Mengatur kehamilan;
- Membina ketahanan dan kesejahteraan keluarga

Perencanaan Keluarga atas dasar mencapai keseimbangan antara mendapat keturunan dengan:

- Terpeliharanya kesehatan reproduksi ibu, kesehatan ibu anak, terjaminnya keselamatan jiwa ibu selama hamil, persalinan, menyusui dan memelihara anak
- Mempunyai waktu yang panjang dalam mendidik anak dimasa balita
- Ibu pasca persalinan juga mempunyai banyak waktu merawat dirinya

Rencanakan Kehamilan

Usia wanita, untuk hamil anak pertama diatas 20 tahun karena:

- Kondisi rahim sudah siap dibuahi dan menopang bayi
- Mengurangi kesulitan saat melahirkan
- Kondisi fisik dan mental ibu sudah mantap
- Mengurangi risiko kanker leher rahim
- Berat Bayi saat lahir ideal diatas 2500 gram
- Ibu dapat menjaga bayi selama di rahim dengan asupan gizi seimbang

Tidak semua pasangan baru menikah ingin segera hamil. Untuk menunda kehamilan, pilih konrasepsi

Manfaat Ber-KB

- Mencegah kurang darah (Anemia)
- Mencegah perdarahan pada persalinan
- Mencegah kehamilan tidak diinginkan (KTD)
- Meningkatkan keharmonisan keluarga
- Memiliki peluang yang besar untuk aktualisasi pasangan suami istri
- Tumbuh kembang anak terjamin
- Terpenuhinya kebutuhan ASI eksklusif enam bulan dan menyusui sampai 2 tahun
- Membantu pengendalian jumlah penduduk, berkontribusi pada pelestarian lingkungan dan pencapaian tujuan pembangunan bangsa

KB

MEMPUNYAI PERAN PENTING DALAM PENINGKATAN KUALITAS SDM

MEMUTUS "LINGKARAN SETAN" KEMISKINAN (POVERTY TRAP)

MISKIN → ANAK BANYAK → MISKIN

KB mempunyai peran sangat penting dalam pembangunan SDM yang berkualitas di masa depan;
Perubahan struktur penduduk akibat program KB memberi peluang untuk mengoptimalkan pembangunan di periode “bonus demografi” tahun 2012-2045

KESIMPULAN

Melalui Program Pembangunan Keluarga yang komprehensif dengan pendekatan berwawasan kependudukan dapat mewujudkan keluarga Indonesia berkualitas

Terima kasih